

# Pato crujiente y verduras salteadas en salsa de ciruelas y soja

Tiempo total **75 Mins.** **15 Mins.** Tiempo de preparación **60 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)  
**2.930 kJ / 812 Kcal**

Grasas: **48 g** Proteínas: **42 g**  
Carbohidratos: **49 g**

## INGREDIENTES

**2 porciones**

**Pato:**

- 2** muslos de pato
- 150 ml** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
- 300 ml** de agua
- 1** de polvo de cinco
- cucharadita** especias (o especias enteras como canela, anís estrellado, cilantro, etc.)
- 3** dientes de ajo
- 3 cm** de jengibre fresco (aproximadamente)
- Salteado:**
- 1** cebolla roja
- 3** dientes de ajo
- 3 cm** de jengibre fresco (aproximadamente)
- 1** guindilla
- 1** pak choi
- 1** ciruela (opcional)
- 100 g** de setas shiitake (u ostra)
- 0,5 manojo** de cebolletas o cebollino grueso
- 100 ml** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
- 1 puñado** de guisantes
- 3,5** de salsa de ciruela china
- cucharadas**
- 50 g** de brotes de bambú en

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

Ponga los muslos de pato en una cacerola. Añada la Salsa de Soja Kikkoman, el agua y las especias. Corte el ajo y el jengibre en láminas y añádalos al líquido. Lleve a ebullición, tape y deje cocer a fuego lento durante unos 45 minutos o hasta que los muslos de pato estén tiernos.

### Pasos 2

Corte la cebolla y el pak choi en tiras. Pique el ajo, la guindilla, las cebolletas y el jengibre (este último también puede rallarlo si prefiere). Corte la ciruela en dados y las setas shiitake en trozos pequeños. Retire la carne de pato cocida de los huesos y córtela en trozos pequeños.

### Pasos 3

Caliente un poco de aceite en la sartén. Añada los trozos de pato y sofríalos brevemente. Agregue la cebolla, el ajo, la guindilla y el jengibre y sofríalos durante 1 minuto. Incorpore el pak choi, las setas, los guisantes y los brotes de bambú (opcionales). Sofría durante un minuto. Al cabo de un rato, vierta la salsa de ciruelas, la Salsa de Soja Kikkoman y las ciruelas cortadas en dados. Saltee brevemente y, luego, incorpore la cebolleta picada.

### Pasos 4

Sirva con los fideos de arroz cocidos.

**300 g**

conserva (opcional)  
Aceite para cocinar (por  
ejemplo, de colza)  
de fideos de arroz,  
cocidos según las  
instrucciones del paquete